

Dossier

« Enseignant »

Orientation



Livret de compétences EPS

Cycle 3



Equipe EPS 1^{er} degré 93 Seine-Saint-Denis

Cycle des approfondissements

Compétence : Adapter ses déplacements à différents types d'environnements

APS de référence : Orientation

Objectifs généraux

- . Développement des capacités et des ressources nécessaires aux conduites motrices
- . Accès au patrimoine culturel que représentent les diverses activités physiques sportives et artistiques, pratiques sociales de référence
- . Acquisition de compétences et connaissances utiles pour mieux connaître son corps, le respecter et le garder **en forme**

Référence du B.O n °1 du 5 janvier 2012

Compétences spécifiques Activités d'orientation APER Géographie

- Lire une carte
- Retrouver plusieurs balises dans un espace semi-naturel en s'aidant d'une carte, d'un plan.
- Suivre un parcours imposé à partir d'un plan.
- Réaliser un parcours en pointant des balises en terrain varié ou au travers d'un jeu de *course à la photo...*
- Retrouver et tracer sur une carte un déplacement vécu.
- Coder un parcours dans un lieu connu, indiquer sur la carte la position de la balise que l'on vient de placer.
- Orienter sa carte à partir de points remarquables.
- Identifier sur une carte légendée les éléments de la réalité du terrain (points remarquables, équipements, types de voies...).
- Rechercher et sélectionner les éléments essentiels à un déplacement efficace.
- Compléter un fond de carte à partir d'éléments repérés du paysage.
- Orienter sa carte à l'aide de la boussole.
- Doser ses efforts en fonction des distances à parcourir et des contraintes du terrain.
- Coder précisément un parcours dans un lieu peu connu en s'aidant de la carte.
- Marcher et courir dans un espace semi-naturel (forêt domaniale, parc...) pour retrouver dans un temps imparti 5 balises sur un parcours, d'après une carte où figurent des indices.

APS : Orientation

Finalité

→ Se déplacer dans un espace pour y trouver des balises, à partir d'un document et dans un minimum de temps

Programmation

- . 10 à 15 séances par modules d'apprentissage
- . 1 à 2 séances d'1 heure par semaine

Situation de référence

(modalités d'évaluation identique tout au long du cycle (évaluations diagnostique, intermédiaire et finale)

- . Réaliser un parcours en utilisant des habiletés motrices connues, en prenant des informations et en agissant sous pression temporelle.

OUTIL POUR LE MAÎTRE

Propositions bibliographiques

- L'activité physique orientation comme construction de l'espace Eric DELAGE CDDP du Gard
- L'éducation physique à l'école de la maternelle au CM2 - Revue EPS - 2000
- Les activités d'orientation Essai de réponses Edition Revue EPS

Sur le net

<http://netia62.ac-lille.fr/siteia62/eps/appn/orientation/orient10.htm>

<http://pedagogie.ac-toulouse.fr/circ-montauban-3/orientation.htm>

<http://www.ac-nantes.fr/peda/disc/eps/co/p43.htm>

Objectifs opérationnels

1/ Gérer sa motricité

2/ S'informer

**3/ Piloter un document
(établir une relation entre ce qui est vu et ce qui est lu sur place ou en déplacement)**

4/ Gérer la spécificité de l'activité

Propositions de mises en œuvre

	Actions à mettre en œuvre
<p>1/ Gérer sa motricité</p>	<p>Mettre en place un cycle d'endurance en parallèle (cf fiche endurance) Effectuer des parcours d'obstacles dans la cour et en milieu naturel :</p> <ul style="list-style-type: none"> - le plus vite possible, - en marchant ou en courant lentement, - régulièrement et irrégulièrement, - en grand groupe ou en groupe restreint - à la manière d'un camarade <p>Effectuer des « parcours santé » proposés dans des parcs aménagés Créer un circuit athlétique ou gymnique comportant des sauts et franchissements, des passages en équilibre, des montées des descentes</p> <p style="text-align: center;">Compétences attendues en fin de cycle</p> <ul style="list-style-type: none"> - Court longtemps et régulièrement à allure modérée, sans essoufflement ni fatigue excessive (cf fiche Athlétisme : endurance, 1 minute /année d'âge) - Se déplace avec aisance en terrain varié avec dénivellation et végétation dans un temps limité.
<p>2/ S'informer</p>	<p>MEMORISATION Proposer des jeux permettant de développer la mémoire, l'écoute (jeu de KIM, chasse aux bruits...)</p> <p>COMMUNICATION Proposer des situations permettant :</p> <ul style="list-style-type: none"> . de guider quelqu'un d'un point à un autre . de décrire un trajet . de décrire le relief d'un paysage <p>LECTURE Proposer à la lecture des plans et des cartes variés :</p> <ul style="list-style-type: none"> . retrouver, montrer une direction, la matérialiser sur la carte. . comparer différentes représentations créées par les élèves, choisir des symboles communs à la classe, les comparer à des symboles conventionnels. . repérer les cours d'eau, chemins, voies ferrées... <p>ECHELLE Proposer des supports à échelles différentes :</p> <ul style="list-style-type: none"> . pour un même lieu, un même trajet <p>Travailler l'étalonnage des pas</p> <p>BOUSSOLE Repérer les points cardinaux A partir d'un point donné, repérer l'azimut d'un objet et d'un repère fixe. Donner l'azimut, faire trouver les objets qu'il indique.</p> <p style="text-align: center;">Compétences attendues en fin de cycle</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comprend immédiatement les informations données pour réussir la tâche (message oral, gestuel ou écrit) - Mémorise un trajet - Lit et se repère sur un plan - Etablit une correspondance entre la carte et le terrain - Maîtrise la notion d'échelle - Trouve l'azimut d'un point remarquable

3/ Piloter un document

Piloter c'est établir une relation entre ce qui est vu et ce qui est lu sur place ou en déplacement

Réaliser un parcours fléché par référence à un plan

Sur un parcours connu ou fléché, se situer constamment par rapport aux éléments importants se trouvant sur son chemin (rapport permanent entre document de référence et le milieu)

Dessiner son chemin sur un plan, une carte

Prendre conscience des volumes sur une carte (courbes de niveau)

Réaliser des plans orientés par rapport au nord

Evaluer des distances sur un document puis les vérifier en les mesurant sur le terrain (étalonnage des pas)

A l'aide du plan ou carte se déplacer le plus directement possible en réalisant des visées successives (à l'œil puis à l'aide d'une boussole)

Rejoindre un poste ou trouver une balise grâce à des photos, puis à l'aide d'un plan, d'une carte, de la boussole

Effectuer un parcours en pleine nature avec l'aide du plan ou carte conventionnelle ou non

Choisir un itinéraire (le plus court, le plus long, le moins accidenté..) sur le plan, la carte et l'effectuer

Elaborer un parcours d'orientation en utilisant le code pour le communiquer

Compétences attendues en fin de cycle

- **Comprend l'organisation des différents supports d'orientation : maquette, photo, dessin, plan, carte**
- **Se déplace en se situant par rapport à des repères du terrain identifiés sur les documents**
- **Choisit le meilleur itinéraire pour effectuer le parcours dans un temps limité**
- **Suit un azimut et apprécie les distances**

4/ Gérer la spécificité de l'activité

En géographie :

- Mener une lecture comparée de paysages
- Reconnaître une zone d'activité plus ou moins limitée
- Observer son environnement et étudier quelques points remarquables
- Dessiner le paysage observé d'un point de vue en hauteur, indiquer s'il est plat, vallonné, s'il y a des rivières, voies ferrées

En sciences expérimentales et technologie :

- Apprendre à s'habiller en fonction des conditions météo et de la spécificité du terrain.
- Etudier l'alimentation pour un effort long.
- Eduquer au respect de l'environnement et de son environnement proche (notion d'écologie)

Education à la sécurité

- Cerner le risque et les causes possibles d'accident
- Lister les accidents possibles et construire "l'arbre des causes".
- Connaître la réglementation de déplacement selon les lieux

Pouvoir choisir un itinéraire sur le terrain

- décrire un itinéraire réalisé et repérer les difficultés rencontrées
- Etablir la relation carte - terrain

Mettre en place des jeux permettant de gérer ses réactions affectives face à un milieu inconnu

- Proposer des jeux de pleine nature type douaniers, contrebandiers

Compétences attendues en fin de cycle

- ***Lit un paysage et connaît quelques éléments du relief***
- ***Respecte son environnement***
- ***Choisit le meilleur itinéraire sur le terrain et le plus rapide***
- ***Réalise en autonomie un déplacement en milieu naturel en gérant le couple incertitude de l'environnement / sécurité***
- ***Se déplace avec aisance en terrain varié avec dénivellation et végétation.***

Les compétences spécifiques en orientation fin de cycle 3

Gérer sa motricité

- 1 - Court longtemps et régulièrement à allure modérée, sans essoufflement ni fatigue excessive
- 2 - Se déplace avec aisance en terrain varié avec dénivellation et végétation dans un temps limité

S'informer

- 3 - Comprend immédiatement les informations données pour réussir la tâche (message oral, gestuel ou écrit)
- 4 - Mémorise un trajet
- 5 - Lit et se repère sur un plan
- 6 - Etablit une correspondance entre la carte et le terrain
- 7 - Maîtrise la notion d'échelle
- 8 - Trouve l'azimut d'un point remarquable

Piloter un document

- 9 - Comprend l'organisation des différents supports d'orientation : maquette, photo, dessin, plan, carte.
- 10 - Se déplace en se situant par rapport à des repères du terrain identifiés sur les documents
- 11 - Choisit le meilleur itinéraire pour effectuer le parcours dans un temps limité
- 12 - Suit un azimut et apprécie les distances

Gérer la spécificité de l'activité

- 13 - Lit, comprend un paysage et connaît les éléments du relief
- 14 - Respecte son environnement
- 15 - Choisit le meilleur itinéraire sur le terrain et le plus rapide
- 16 - Réalise en autonomie un déplacement en milieu naturel en gérant le couple incertitude de l'environnement / sécurité

Les compétences générales et transversales en orientation fin de cycle 3

Mise en relation des compétences générales et transversales avec les compétences spécifiques

En relation avec les compétences spécifiques : 1 - 2 - 11- 15 - 16

17 - S'engage dans un parcours ou une course d'orientation :

- a. **Choisit** à partir du type d'environnement la ou les stratégies les plus efficaces (marcher/courir – contourner un obstacle – prendre un raccourci).
- b. **Anticipe** sur les actions à réaliser : **se fixe un contrat** (temps, nombre de balises) et **le réalise**.
- c. **Contrôle** ses émotions et leurs effets dans des situations de risque ou de difficulté diversifiées : réalise un parcours en étoile par équipe dans un milieu inconnu.
- d. **Gère** ses efforts avec efficacité et sécurité : adapte son allure de déplacement au terrain et à ses ressources physiques pour finir le parcours dans les temps et sans être trop fatigué.

18 - Enrichit son répertoire de sensations motrices

inhabituelles et leurs combinaisons : franchit une dune de sable...

En relation avec les compétences spécifiques : 1- 2 - 9 - 13 - 14

19 - Construit de façon autonome un projet d'action

- a. **Formule, construit un projet** et s'y engage contractuellement, individuellement ou collectivement, en utilisant ses ressources physiques et mentales et ses connaissances.
- b. Vise une meilleure performance
- c. Vise de nouveaux savoirs : outils, représentations de l'espace, cartographie, environnements...
- d. Gère ses efforts pour les adapter au terrain et conserver une réflexion logique.
- e. Organise et propose à d'autres des courses d'orientation, des jeux de piste

Les compétences générales et transversales en orientation fin de cycle 3 (suite)

En relation avec les compétences spécifiques : 3 - 6 - 9 - 10 - 16

20 - Apprécie et lit des indices nombreux et complexes

- a. Utilise une carte (IGN)
- b. Utilise des outils (boussole, chronomètre)
- c. Repère des éléments du trajet, des points remarquables.
- d. Ecoute les bruits.
- e. Prend conscience des volumes sur une carte (courbe de niveau).
- f. Mesure des distances, des durées, le relief..

21 - Met en relation des notions d'espace et de temps : vitesse, accélération, durée...

- a. Passe de la notion de distance à celle de durée.
- b. Prévoit la durée d'un déplacement et la contractualise

22 - Identifie, sélectionne et applique des principes pour agir méthodiquement

- a. Adapte sa vitesse de déplacement aux caractéristiques du terrain.
- b. Se repère avec exactitude dans l'espace pour choisir la solution la plus adaptée : types de déplacements, distances...

23 - Situe son niveau de capacités motrices, ses ressources, ses possibilités de performances pour réaliser des actions précises et/ou s'engager dans un type d'effort particulier

- a. Choisit le parcours qui lui est adapté parmi plusieurs.
- b. Prévoit les difficultés du terrain et choisit les moments de récupération.
- c. S'engage dans une situation de risque mesuré (prend un raccourci, contourne un obstacle).

24 - Evalue, juge ses actions, mesure ses performances et celles des autres avec des critères objectifs

- a. Comprend le système de validation du passage aux balises.
- b. Sait dire qui a fait le meilleur parcours (temps, balises trouvées). Situe des objets par rapport aux autres par le geste, le langage oral, le dessin ou par rapport à des repères permanents (éléments de l'environnement).

Les compétences générales et transversales en orientation fin de cycle 3 (suite)

25 - Identifie et décrit

- a. Situe des objets par rapport aux autres par le geste, le langage oral, le dessin ou par rapport à des repères permanents (éléments de l'environnement).
- b. Situe des points remarquables, les caractéristiques d'une ligne de déplacement par le geste, le langage oral, le dessin ou par rapport à des repères permanents (éléments de l'environnement).
- c. Décrit le déplacement et/ou l'endroit pour trouver un objet caché.
- d. Décrit les effets d'un type d'effort sur l'organisme, la santé.
Prend son pouls.

En relation avec les compétences spécifiques : 3 - 14 - 16 -

26 - Se conduit dans le groupe en fonction de règles, de codes connus, compris, respectés et explicables à d'autres

- a. Connaît, suit ou construit des règles simples de vie collective, de sécurité, de respect de l'environnement, de prise en compte de la santé (pour soi, les autres).
- b. Ne sort pas de l'espace de l'activité.
- c. Ne boit pas de l'eau trouvée dans l'environnement.
- d. Respecte les plantations : ne cueille pas...

27 - Coopère, adopte des attitudes d'écoute, de tolérance et de respect des autres pour agir ensemble, élaborer en commun un projet

- a. Écoute, argumente, justifie pour optimiser les stratégies du groupe.
- b. Aide un camarade qui a perdu ses repères, à orienter sa carte
- c. Organise ou participe à des manifestations sportives prenant en compte l'orientation

28 - Connaît et assure plusieurs rôles : coureur, contrôleur, sécurité...

- a. Assure la sécurité par l'élaboration de règles spécifiques au terrain.
- b. Surveille les limites de la zone de travail.

OUTIL POUR L'ENSEIGNANT

	CIBLER LES COMPETENCES DE L'ORIENTATION AU CYCLE 3	Séances											
		La séance 1 doit permettre la mise en place de la situation de référence (évaluation diagnostique)											
		N°1	N°2	N°3	N°4	N°5	N°6	N°7	N°8	N°9	N°10	N°11	N°12
Compétences spécifiques de l'orientation	Adapter ses déplacements à différents types d'environnements.	Adapter ses déplacements à différents types d'environnements.											
	Gérer sa motricité : 1 - 2												
	S'informer : 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8												
	Piloter un document : 9 - 10 - 11 - 12												
	Gérer la spécificité de l'activité: 13 - 14 - 15 - 16												
Compétences transversales de l'orientation	S'engager lucidement dans l'action : 17 - 18												
	Construire de façon de plus en plus autonome un projet d'action : 19												
	Mesurer et apprécier les effets de l'activité : 20 - 21 - 22 - 23 - 24 - 25												
	Se confronter à l'application et à la construction des règles de vie et de fonctionnement collectif : 26 - 27 - 28												
Parler	- <input type="checkbox"/> Utiliser le lexique spécifique de l'orientation dans les différentes situations didactiques mises en jeu,												
	- <input type="checkbox"/> Participer à l'élaboration d'un projet d'activité,												
	- <input type="checkbox"/> Expliciter les difficultés que l'on rencontre dans l'activité.												
Lire	- <input type="checkbox"/> Lire la règle du jeu de piste, une fiche technique, et les mettre en œuvre, à l'aide d'une carte, d'un plan												
	- <input type="checkbox"/> Trouver sur la toile des informations concernant des activités de référence pour l'orientation,												
Ecrire	- <input type="checkbox"/> Rédiger une fiche technique permettant de réaliser un jeu d'orientation ou un parcours (matériel nécessaire, durée, lieu...),												
	- Noter les performances réalisées et les présenter de manière à réutiliser l'information dans les prochaines séances,												
	- <input type="checkbox"/> Rendre compte d'un événement sportif auquel la classe a participé (dans le cadre de l'USEP par exemple).												

OUTIL POUR L'ENSEIGNANT

SITUATION DE REFERENCE

La situation de référence permet au **maître** d'affiner son observation des comportements de ses élèves dans une logique d'apprentissage, et d'évaluer le niveau de compétences de chacun, afin de construire une programmation de séances adaptées aux besoins des élèves.

La situation de référence donne **à l'élève** une représentation de l'activité. Elle lui permet de connaître ses compétences et d'évaluer ses progrès.

LE JEU DE L'OIE

But	Dispositif	Consignes	Critères de réussite
Atteindre la dernière case du jeu après avoir trouvé toutes les balises demandées	Dans un parc 10 balises comportant un code à relever. Ce code indique le nombre de cases à jouer sur le plateau de jeu. Plus le nombre est élevé, plus la balise est difficile à trouver. Une carte mère mentionnant leur emplacement ; une carte vierge par équipe Un plateau de jeu de l'oie de 45 cases.	Tirer une carte épreuve sur laquelle est indiquée la balise à trouver. Effectuer la tâche Revenir au plateau de jeu et avancer son pion du nombre indiqué par la balise si celle-ci a été trouvée.	Etre la première équipe à atteindre l'arrivée sur le plateau de jeu. S'être déplacé toujours groupé Avoir respecté la nature et le balisage.

Bibliographie de livres sur le thème de la forêt.



Albums jeunesse

- BATTUT Eric, *Au pied de mon arbre*, Milan, Toulouse, 1999
BRUEL Christian, BOZELLE Anne, *Le cheval dans l'arbre*, Le Sourire qui mord, Paris, 1980 (épuisé)
CORENTIN Philippe, *L'arbre en bois*, Ecole des loisirs, Lutin poche, Paris, 2001
HAO K. T., *Le silence des arbres*, Autrement jeunesse, Paris, 1999
JOYCE William, *Les hommes feuilles*, Bayard, Paris, 1997
PONTI Claude, *L'arbre sans fin*, Ecole des loisirs, Paris, 1994
SILVERSTEIN Shel, *L'arbre généreux*, Ecole des loisirs, Paris, 1982

Contes et romans de jeunesse

- CARTWRIGHT Ann, CARTWRIGHT Reg, *L'oiseau vert*, Albin Michel, Paris, 1990
DAHL Roald, *Les Minuscules*, Gallimard, Folio Cadet, Livres audio-cadet, Paris, 2002
CLAVEL Bernard, HEINRICH Christian, *L'arbre qui chante*, Albin Michel jeunesse, Recueils
CORENTIN Philippe, *L'arbre en bois*, Ecole des loisirs, Paris, 1999
DOHERTY Berlie, *Le grand voilier dans les arbres*, Gallimard, Folio junior, n°1098, Paris, 2000
DOHERTY Berlie, *Le grand voilier dans les arbres*, Gallimard jeunesse, Folio junior, n° 911
FAULKNER William, *L'arbre aux souhaits*, Gallimard, Folio junior, n° 459, édition spéciale, Paris, 2000
GOT, *L'arbre paillon*, Seuil jeunesse,
LE CLEZIO J.M.G., *Voyage au pays des arbres*, Gallimard jeunesse, Folio cadet, n°187
LEEUWEN John Van, *Tchip-tchip*, Ecole des Loisirs, Paris, 2000
MALINEAU Jean Hughes Dir., *Les arbres et leurs poètes*, Actes sud junior, Arles, 2003
Du chêne, symbole de majesté, au fragile saule des mélancolies : à chaque poète son arbre compagnon ; à chaque arbre son poème...Collectif d'illustrateurs.
MINGARELLI Hubert, *L'arbre*, Seuil jeunesse, Fictions
NICKLY Michelle, *Le prunier*, Albin Michel jeunesse, Paris, 1989
POTOCK Chaïm, *L'arbre d'ici*, Ecole des loisirs, Mouche, Paris, 2000
RHODES Evan H., *Le Prince de Central Park*, J'ai Lu jeunesse, Scènes de vie, Paris, 2002
REBERG Evelyne, ROEDERER Charlotte ill., *L'arbre aux secrets*, Bayard jeunesse, J'aime lire, n° 116
SABATIER Roland, *Galibette et l'arbre sacré des Arayas*, Gallimard jeunesse, Folio junior, n° 888

TROUGHTON Joanna, *Le rêve de la tortue, conte africain*, Gründ, Un pays, un conte, Paris, 1990 (épuisé)

Mythologie, histoire et poésie

CLEMENCE J.-F., PERON F., *Le Chêne*, Actes sud, Le nom de l'arbre, Paris, 1995
HIGNARD L., PONTTOPIDAN Alain, *Le Pin parasol*, Actes sud, Le nom de l'arbre, Paris, 1995

MOTEL Guy, *L'Erable*, Actes sud, Le nom de l'arbre, Paris, 1995

PONTTOPIDAN Alain, *L'Orme*, Actes sud, Le nom de l'arbre, Paris, 1995

PONTTOPIDAN Alain, *Le Platane*, Actes sud, Le nom de l'arbre, Paris, 1996

ROUSSILLAT Michel, *Le Bouleau*, Actes sud, Le nom de l'arbre, Paris, 1995

TORDJMAN Nathalie, *Le Tilleul*, Actes sud, Le nom de l'arbre, Paris, 1995

TORDJMAN Nathalie, *Le Saule*, Actes sud, Le nom de l'arbre, Paris, 1996

Et aussi, dans cette collection chez Actes Sud : *Le Noisetier, L'Alisier, Le Cèdre, L'Olivier, Le Charme, Le Figuier, L'If...*

Mythologie des arbres, Payot, Petite Bibliothèque Payot, Paris, 2001

LAMBOURS Xavier, *Gueules de bois, Portraits d'arbres*, Filigranes, Images, 2, Paris, 1997

PREVERT Jacques, *Arbres : poèmes*, Gallimard, Blanche, Paris, 1976

RIGONI STERN Mario, *Arbres en liberté*, La Fosse aux ours, Paris, 1998

La Forêt, anthologie poétique, ONF / Chêne éd., Paris, 1997

L'arbre en poésie, Gallimard, Folio Junior, Paris, 1979

Mais aussi :

APOLLINAIRE Guillaume, *Les Sapins*

DESNOS Robert, *Il était une feuille*

LA FONTAINE, *Le Chêne et le roseau...*

Et pour les plus grands...

BERGOUNIOUX Pierre, *L'arbre sur la rivière*, Gallimard, Blanche, Paris, 1998 (épuisé)

CALVINO Italo, *Le Baron perché*, Seuil, Points, n° 232, Paris, 2002

CHENG A., *Le Roi des arbres*, Alinéa

GRACQ Julien, *Un Balcon en forêt*, Corti, Paris, 1990

SARTRE, *La Nausée*, Gallimard, Folio, n° 805, Paris, 1978

SIMON Claude, *L'Acacia*, Minuit, Paris, 1989

VALERY Paul, *Dialogues de l'arbre*, Gallimard, Pléiade

VALERY Paul, « Au Platane » in *Charmes*, Gallimard, Pléiade

